



São Gonçalo, 12 de Novembro de 2020.

A saúde mental e o modelo de vida dos jovens do século XXI



Fazer uma análise sobre os novos comportamentos dos jovens desse século é, também, compreender resultados futuros, diante dos momentos que vivemos hoje. Por muitos anos, os jovens arrastam missões – ou pesos, que, muito distantes de serem destinos, se tornaram gravidades emocionais de importante discussão para a compreensão da vida e das ações humanas a partir daqui.

Diante desses fatores, é importante quebrarmos aquela melancólica ideia da perda da juventude brilhante e corrente do século XX e a depravação social em suas várias faces de amostragem. Precisamos levar em consideração a nova fórmula de vida que os jovens de hoje levam e os instrumentos dispostos que foram colocados justamente para acalmá-los diante de suas crises. Essa fórmula, hoje, de interesse comum, relata muito da vivência de um novo século pouco preocupado com o que chamam de saúde mental, mesmo enfrentando diversas crises seculares, aquelas inventadas para que se esqueça da grande crise, a maior delas e o ápice problemático dessa era: a crise existencial e de identidade.

Mas, o que convém aqui dizer é que mesmo diante de tantas discórdias, os jovens do século XXI, ao mesmo tempo em que se perturbam com as pressões sociais, procuram novos meios de se encontrarem e auxiliar os seus, também, nesse caminho de autodescoberta. Nesse sentido, a internet, muito tida como vilã deu aos jovens um poder capaz de juntar mundos ou fazê-los guerrilheiros em instantes de segundos. O poder em rede abriu portas para um caminho sem volta: a descoberta anônima, porém poderosa dos jovens por novos rumos e mundos, onde o autoconhecimento deixou de ser protagonista e a exploração pelo novo passa a ser sua principal característica.

O problema é que esse novo é sempre “*no outro*”. Esse novo deixa o narciso só e busca no outro uma reflexão sobre como deveríamos ser. Não somos mais referência de nós mesmos, mas apenas pontos de potências em que refletimos o que gostaríamos de ser, de ter, de comer, de vestir ou de falar, mas nada disso o somos, temos, comemos, vestimos ou

falamos. Apenas não somos. Complicado? Não. Perfeitamente normal. É assim como tem sido criada a nova geração em rede, uma geração pautada pela lógica material e de consumo que relata em todos os atos a repressão contra si e contra tudo o que tem e repele tudo aquilo que o faz **enxergar** incertezas ou qualquer tipo de introspecção.

O novo instrumento normativo para esses jovens se tornou a rede. A forma como se manifestam o que acreditam ou até o que comem é a mesma forma que a cultura da moda trabalha: uma repetição demasiada e pouco cautelosa diante das consequências de se adquirir uma vida sem qualquer remorso, sem qualquer reflexão, sem qualquer compaixão consigo ou com outros.

Mas, como toda onda eletromagnética, temos nosso pico a pico, mas não sabemos onde parar. Temos limites, mas não os conhecemos nem sabemos como lidar com eles nem geri-los a partir de um parâmetro diferente. Justamente por isso, ao findar muitos desejos e vontades por uma vida, baseando em parâmetros simétricos e repetitivos, garantimos psicopatologias o suficiente para gerar frustrações, dores existenciais e problemas emocionais gravíssimos, tidos – como citado no início dessa produção – como graves crises existenciais, levando a consequências imagináveis, mas, ainda, pouco preocupantes socialmente.

O que se tem visto é uma omissão frente ao modelo de vida desses jovens e a não exibição das consequências que esse modelo tem causado a esses e aos seus. A saúde mental, tão comentada em rede há alguns anos, tem se tornado objeto de discussão e preocupação de diversos profissionais da saúde que muito têm feito – com baixíssimos recursos, para mudar esse drástico cenário. Profissionais corajosos que usam da cura terapêutica o motor inicial para uma nova reflexão desses métodos de vida.

A saúde mental dos jovens de nosso século são reflexos da imersão dessas pessoas em um mundo em rede completamente virtual, onde as fisiologias humanas independem para a manutenção de relações. Um novo e insensível mundo, que, no mesmo estado de indiferença se encontra sentimentos caracterizados por facetas digitais sorridentes e letras que representam alegrias nunca antes vistas pessoalmente.

Aprenda os cinco Domínios da INTELIGÊNCIA EMOCIONAL | DANIEL GOLEMAN | SejaUmaPessoaMelhor.



<https://www.youtube.com/watch?v=xrQl9D2jVw4>

Orientadora Educacional

Elayne jardim